11

DE L'HYGIÈNE

DES

Professions sédentaires.

THÈSE

présentée au concours de la chaire d'hygiène vacante à la Faculté de Paris,

SOUTENUE PAR

SANSON ALPHONSE,

AGRÉGÉ LIBRE DE LA FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS, MÉDECIN DES ÉPIDÉMIES, DIRECTEUR DE L'ÉCOLE AUXILIAIRE ET PROGRESSIVE.

PARIS.

IMPRIMERIE DE COSSON,
rue Saint-Germain-des-Prés, 9.

—

1837.

0 1 2 3 4 5 (cm)

JUGES DU CONCOURS.

MM. Orfila, président
Adelon,
Bérard,
Chomel,
Fouquier,
Marjolin,
Pelletan,
Richard.
} de la Faculté.

Londe,
Renauldin,
Delens,
Pelletier,
Gasc, secrétaire.
} de l'Académie.

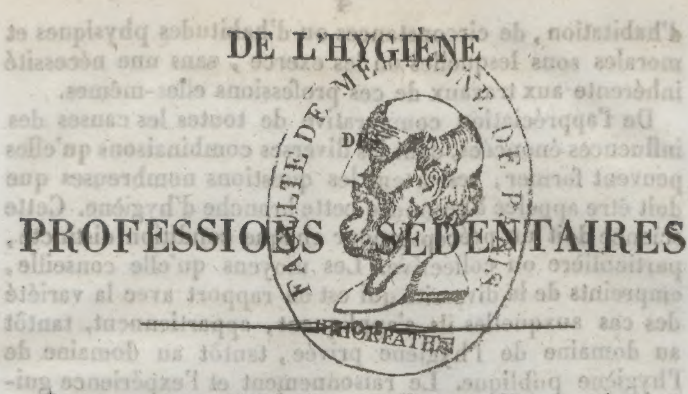
COMPÉTITEURS.

C. Broussais,
Briquet,
Foissac,
Guérard.
Ménière,
Mottard,
Perrin,
Piorry,
Requin,
Rochoux,
Royer-Collard,
Trousseau.

DE L'HYGIÈNE

DES

PROFESSIONS SÉDENTAIRES



Les moyens matériels étant suffisans et l'instruction convenable, il est certain que les préceptes de l'hygiène à son état actuel de progrès, peuvent être fructueux pour atténuer et diminuer les effets fâcheux des professions sédentaires.

Ces préceptes devant s'appliquer à des cas très-divers, renferment des indications très-différentes. Il se rencontre bien une condition générale, c'est la vie sédentaire; mais les circonstances accessoires varient entr'elles au point de rendre les effets contraires, et par conséquent de nécessiter des prescriptions opposées. Si les résultats de la vie sédentaire offrent par eux-mêmes des contrastes, ceux des professions qui nécessitent cette manière de vivre, sont conséquemment plus modifiées encore. Car, aux effets déjà variés de ce mode d'existence, qui agit différemment selon les âges, les sexes et les dispositions de l'organisme nommées constitutions, tempéramens, habitudes, soit qu'elles aient été transmises par voie d'hérédité, soit qu'elles aient été acquises, s'ajoute une action propre à chaque groupe des professions qui entraînent l'obligation d'une vie où il y a peu de déplacement et d'efforts musculaires. Telle est la puissance de l'action spéciale de ces professions que, dans quelques unes, elle joue le rôle important, et qu'il faut négliger les effets dépendans de la vie sédentaire elle-même, pour ne s'occuper que des influences dues à cette action spéciale. On voit enfin les résultats des professions dont il s'agit être, comme ceux des autres, changés par les influences de saison, de climat, detempérature

d'habitation, de circonstances ou d'habitudes physiques et morales sous lesquelles on les exerce, sans une nécessité inhérente aux travaux de ces professions elles-mêmes.

De l'appréciation comparative de toutes les causes des influences énoncées, dans les diverses combinaisons qu'elles peuvent former, ressortent les questions nombreuses que doit être appelée à résoudre cette branche d'hygiène. Cette science doit un précepte pour chaque condition distincte, particulière ou collective. Les moyens qu'elle conseille, empreints de la diversité qui est en rapport avec la variété des cas auxquelles ils s'appliquent, appartiennent, tantôt au domaine de l'hygiène privée, tantôt au domaine de l'hygiène publique. Le raisonnement et l'expérience guident dans le choix d'un très-grand nombre de ces préceptes; quelquefois on n'est conduit que par le raisonnement; dans d'autres cas, par l'expérience seule. En général, comme il arrive aussi dans les autres parties de l'hygiène, le raisonnement qui décide à une application de cette espèce s'établit ainsi : on commence par connaître les causes d'actions auxquelles est soumise l'économie humaine, dans le cas qu'on examine; ensuite on détermine les questions d'âge, de sexe, d'habitude, dans lesquelles se trouve l'organisme; vient après la recherche des changemens éprouvés par la santé; puis on établit le rapport qu'on peut apercevoir entre ce qu'on sait de la cause malfaisante et des effets qu'il faut lui attribuer; on invoque ensuite les traditions de l'expérience, et ses tentatives pour opposer un remède au mal; c'est, en général, en atténuant ou détruisant la cause, c'est quelquefois aussi en combattant ses effets par l'emploi de moyens propres à produire des résultats contraires, moyens qui peuvent être physiques, moraux, directs ou indirects, privés ou généraux. Pour suivre l'ordre de ces raisonnemens, il convient de déterminer quelles sont les professions qui méritent la désignation de sédentaires.

Le caractère le plus général de ces professions est de nécessiter une dépense peu considérable de forces musculaires et particulièrement de celles dont l'emploi a pour effet le déplacement du corps, quand l'homme se transporte d'un point à l'autre du sol. Un caractère qui leur est assez général, c'est la situation assise;

plus rarement la situation couchée; c'est en effet dans ces deux situations du corps que l'usage de l'action musculaire est le plus ménagé. Un troisième caractère de ces professions, mais qui n'est pas non plus général, est l'habitation d'un lieu clos, étroit, et fixe.

En parcourant la liste des professions sédentaires et en cherchant à apprécier leurs effets, on en remarque un assez grand nombre où, dans les cas ordinaires, l'inaction musculaire générale est presque complète, la position assise, la résidence intérieure, mais qui diffèrent soit par individu, soit une par une, soit groupe par groupe, sous d'autres rapports. Ainsi les gens de cabinet mènent communément cette sorte de vie; mais parmi eux il y a bien des différences: les unes en raison des circonstances individuelles, les autres pour des causes tenant même à l'espèce de profession; car on appelle gens de cabinet, des hommes de professions fort diverses. Il est des gens de cabinet qui dépensent une attention bien légère; les autres se livrent aux contentions d'esprit les plus fortes et les plus soutenues. Que l'on compare, sous ce rapport, l'employé désintéressé d'un bureau de loterie avec l'auteur d'un drame, l'agent de change qui joue à la bourse avec son garçon de bureau, le négociant avec la demoiselle de comptoir, le compositeur de musique avec son copiste. Un grand élément vient ici jeter sa part d'influence dans le résultat général, c'est la contention morale. Et quelle différence encore entre les veilles de l'intelligence et les insomnies de l'inquiétude! d'autres particularités dépendent de causes différentes. Les hommes de lettres, les prélats, les notaires, les avoués, se livrent ordinairement à la bonne chère. Ce n'est pas une nécessité de profession, mais cela en est fréquemment une habitude; leur vie est molle, douce, délicate quant aux choses physiques. Il en est tout différemment du pauvre diable qui copie, copie, copie et gagne si peu. Dans un bureau du ministère, l'employé ne se livre qu'à un travail modéré, la salle est chaude. L'homme qui travaille assidument chez lui n'a pas constamment ces avantages. Ceux qui se livrent à un travail opiniâtre, et surtout la nuit, fatiguent au moins leurs yeux s'ils ne se tourmentent pas l'esprit. Voilà autant de diffé-

rences parmi les hommes menant la vie sédentaire de cabinet, bien propres à en modifier à un haut degré les résultats. Ils travaillent assis en général; néanmoins les hommes qui composent prennent bien des attitudes différentes. C'est l'expéditionnaire, ordinairement assis un grand nombre d'heures, plié sur lui-même, qui éprouve de la situation assise les plus constans effets.

Parmi les hommes livrés aux travaux intellectuels, les instituteurs, les professeurs, les orateurs, fatiguent en particulier la voix.

Bien près des hommes de cabinet se placent, sous quelques rapports, certains ouvriers, tels sont les horlogers, les bijoutiers et les orfèvres, et les autres ouvriers occupés à des travaux d'adresse. C'est ici toutefois l'esprit moins que l'organe de la vue qui est exercé outre mesure.

Les artistes en peinture et particulièrement les peintres d'histoire ont beaucoup de rapport avec les hommes de lettres, mais ils se tiennent souvent debout; ceux qui peignent de petits objets se tiennent assis. Doivent être mentionnés près des peintres et des horlogers à cause de l'extrême fatigue que produit la vue des couleurs tranchées, les coloristes et les indienneurs. Les peintres décorateurs prennent diverses attitudes. La profession de la peinture expose les personnes qui s'y livrent à des accidens analogues à ceux qui seront indiqués plus loin dans quelques professions sujettes à l'action des émanations métalliques. Les graveurs ressemblent beaucoup plus aux horlogers et aux bijoutiers.

Il y a dans le travail des compositeurs d'imprimerie, constamment debout, en rapport avec des substances métalliques, ayant reçu une éducation intellectuelle nécessaire, exerçant les yeux sur de petits objets, une analogie avec celui du peintre et de l'horloger. Quant au pressier, il est l'homme de peine, livré à des efforts musculaires considérables, malheureux et grossier.

Parmi les ouvrières, les dentelières à cause de leurs positions courbées et de la finesse de leur travail, éprouvent déjà de plus graves inconvéniens de leurs professions que les couturières, les culotières, les brodeuses, lingères et autres ouvrières travaillant à l'aiguille. Il existe en-

core, du moins dans quelques lieux, une coutume nuisible qui rapproche leur profession sous ce rapport de celle des tisserands, etc.; telles sont leur résidence dans les caves, et la fatigue d'une attitude forcée. La vie des religieuses est très-semblable à celle des ouvrières; mais elles sont nécessairement plus régulières dans tous les détails de leur existence que les ouvrières telles qu'elles sont en général.

En considérant l'existence réelle du portier qui ne remplit que cette fonction, on serait tenté d'y voir la vie sédentaire réduite à sa plus pure condition. Elle est presque celle de la plupart des marchands et surtout des femmes qui tiennent les comptoirs. Cependant le portier habite ordinairement un lieu humide, étroit, sombre. Il est fréquemment tailleur ou cordonnier; sous toutes ces qualités il prolonge les veilles, vit assis; il a les jambes croisées dans le premier métier, la poitrine comprimée dans le second, fléchi en avant et les yeux fatigués, nécessiteux, bien souvent intempérant, quelquefois crapuleux dans les deux professions; il ne donne un exercice convenable qu'à ses bras. C'est au portier de bonne maison qu'il faut reporter toute la béatitude de la vie sédentaire; le valet s'en rapproche beaucoup, mais il en est un qui a l'obligation de monter derrière la voiture, exercice réellement fatigant pour les extrémités inférieures et que n'a pas le portier. Le cocher d'omnibus, en particulier, mène une vie sédentaire en faisant beaucoup de chemin sur le même espace; mais déjà la nécessité de tenir les rênes, l'attention à laquelle l'oblige la conduite d'une grande voiture dans une ville populeuse, le mouvement même de la voiture, le grand air constituent des conditions spéciales déjà éloignées.

Malgré le mouvement du vaisseau, le subrécargue et le commis de paquebot, quoiqu'en parcourant bien des milliers de lieues, ne mènent-ils pas une vie beaucoup moins active....

Les femmes qui vendent, en plein air, dans les marchés éprouventpeu de déplacement, mais elles sontexposées aux intempéries du climat. Le cartonnier et le relieur sont éminemment peu mobiles. Le colleur de papier prend déjà plus d'exercice musculaire. Le cabaretier, le limonadier, peu-

vent, surtout les garçons, dans un espace étroit, mouvoir jusqu'à la fatigue.

Le bonnetier nous présente une vie à demi sédentaire dans laquelle le mouvement des bras n'est pas sans produire une sorte d'exercice correcteur. Soit par le mouvement des bras, soit par la station debout, les professions d'armurier, forgeur de limes, guillocheur, bourrelier, fourbisseur, chaudronnier, ferblantier, vermicellier, chocolatier, se rapprochent de cette catégorie. Parmi les sabotiers il en est qui mènent une vie nomade, mais en faisant des stations qui durent des mois entiers en plein air.

Des professions éminemment sédentaires, avec des circonstances spéciales, sont celles du tisserand et du vanier. Une atmosphère constamment humide et sans soleil investit ces malheureux. Le tisserand, assis pendant de longues heures, meut en sens divers les membres et éprouve d'une manière constante un choc violent à l'épigastre; il respire un air infect.

Dans les travaux sur la laine et le coton, c'est le battage qui produit les plus grands accidens par la respiration de la poussière; celle du coton est plus nuisible que celle de la laine. L'influence de la vie sédentaire, compliquée de misère, agit seule sur les cardeurs, fileurs, peigneurs, dévideurs, etc. Dans les ateliers de filage de coton et d'impression, la température est de 15 à 20°; dans ceux de parage à la mécanique, elle ne s'élève pas à moins de 30, 37°; elle est à 40°, dans les ateliers destinés à certains apprêts. Les inconvéniens sont moins prononcés dans les ateliers de laine. La misère et l'absence d'éducation morale complètent les mauxde ces ouvriers. Le fabricant de drap a de grands rapports avec le tisserand. Le tondeur de drap, constamment debout, avale des parcelles de laine et se fatigue beaucoup l'avant-bras droit.

Les employés de la fabrique de soie souffrent par plusieurs causes : 1° l'attitude vicieuse (ceux qui font les cannettes, et les ouvriers fabricant les tissus, qui ont toujours une et la même jambe en repos, l'autre constamment en mouvement, les bras en action discordante, le corps penché en avant, et qui reçoivent le choc du cylindre à l'épigastre); 2° le mouvement d'un seul bras pour

tourner le rouet (les enfans) ; 3° par la station debout et le bruit, pour les femmes et les enfans qui sont occupés du dévidage et que ce bruit oblige à se forcer la voix ; 4° par les longues veillées, 5° par les privations physiques et l'absence d'instruction.

Les travailleurs qui ont la situation la plus fatigante sont les repasseurs, les dessinateurs de cartes géographiques, et autrefois les brodeurs des Gobelins, couchés sur leur travail.

Déjà quelques unes des professions précédentes nous ont présenté des influences fâcheuses de la part de l'atmosphère qu'elles produisent, soit par ses circonstances physiques, soit par ses conditions de composition. Nous verrons ces conditions devenir de plus en plus graves dans les professions qui suivent. Les cuisiniers et les confiseurs, qui se tiennent debout et sont exposés à un feu continuel, les pâtissiers, qu'un feu plus vif encore fatigue, et qui, de plus, comme les boulangers, sont soumis aux effets de la poussière de la farine, ainsi que les amidoniers et autres ; quant aux boulangers, leurs veilles, les excès, les alternatives de la température qu'ils subissent, l'atmosphère au milieu duquel ils vivent, leur constant séjour dans la maison, constituent des conditions qui les rapprochent de certaines professions sédentaires ; cependant, dans l'excès de travail de celui qui pétrit, il y a un exercice assurément aussi violent que celui du terrassier ; celui qui met au four souffre plus de la chaleur que du travail. Ils sont donc cités ici plutôt par analogie que parce qu'ils rentrent dans les professions où l'exercice musculaire est modéré.

Dans la même profession, on peut rencontrer aussi des personnes sédentaires et d'autres qui ne le sont pas.

Les employés de la manufacture de tabac, les parfumeurs, coiffeurs, eux-mêmes plus ou moins sédentaires, les distillateurs, les pharmaciens et les droguistes, nous conduisent aux travaux agissant tout à la fois par la vie sédentaire et les exhalaisons des substances sur lesquelles ces professions s'exercent. Celle des couverturiers, matelassiers, plumassiers, pelletiers foureurs, tricoteurs, teinturiers, les employés des fabriques de chapeaux, de suif et des diverses fabriques de produits chimiques.

Pour le fréquence d'une influence délétere, ajoutée aux effets d'une vie presque sédentaire, vienne se rapprocher les ouvriers qui travaillent sur le plomb : les matières dans lesquelles entrent plusieurs composés de ce métal : verriers, fondeurs, plombiers, potiers de terre, qui mènent généralement une vie renfermée, et enfin les doreurs sur métaux, les constructeurs de baromètre, qui font emploi du mercure et des autres substances métalliques propres à produire quelques effets. Nous voyons de plus en plus l'action due à la résidence intérieure accompagnée d'exercices musculaires nuls, partiels ou modérés, faire place à des causes bien autrement puissantes et destructives. Chez les garde-malades, ce sont les veilles, les exhalaisons, l'action contagieuse ou du moins délétère de certaines maladies; pour les préparateurs d'anatomie et les gens travaillant aux objets dans lesquels entre la substance des intestins des animaux, ce sont surtout les qualités des matières putrides qu'ils touchent qui agissent d'une manière plus fâchense que la vie sédentaire, qui est à peine vraie pour quelques-uns. Ce n'est qu'accidentellement que la vie d'un médecin est sédentaire ; rien n'en est plus éloigné que celle du praticien de province.

Cette énumération incomplète et qui, cependant, n'est pas toujours renfermée dans les limites qu'imposait la désignation de professions purement et rigoureusement sédentaires, présentent des types suffisamment nombreux pour qu'on y puisse rattacher avec fruit toutes celles qui ne sont pas nommées, et pour que les effets de ces professions rentrent dans celles dont il va être question.

L'absence de l'exercice musculaire, cet exercice partiel avec ou sans attitude vicieuse et choc plus ou moins violent, la fatigue d'un organe, en particulier, tel que le cerveau, les yeux, la voix, l'absence du jour, l'humidité, les variations de température, la respiration d'une atmosphère plus ou moins viciée, le contact de matières diversement délètères, les obstacles à la circulation, l'insomnie, le mode d'alimentation, l'intempérance, la misère..... Voilà les conditions principales qui se reproduisent, combinées diversement dans les professions sédentaires pour influencer l'organisme exposé à leur atteinte dans des états très-

divers d'âge, de sexe, et de dispositions, et d'habitudes.

Pour un certain nombre de ces professions, on y entre dès l'enfance et l'on continue tant que l'économie résiste.

Le collége est déjà un sort d'initiation à la vie sédentaire à laquelle se destine un grand nombre de jeunes gens. Il faut s'y prendre dès l'enfance pour former les musiciens. Les fabriques de soie, et de coton, emploient les enfans dès l'âge le plus tendre. Le plus grand nombre de métiers de femmes leur sont montrés dès l'enfance.

Quant au sexe, ce sont des femmes qui exercent exclusivement plusieurs des professions sédentaires; elles semblent leur être plus particulièrement dévolues. En général, les travaux légers d'aiguille leur sont réservés. Elles se livrent aussi à un certain nombre de métiers fort dangereux qui sembleraient devoir être le partage des hommes; les femmes filent le chanvre et tissent la toile, polissent, dorent, se livrent aux arts, à l'enseignement.

Les hommes n'entrent qu'étant adolescens ou adultes dans les professions que rendent dangereuses les substances chimiques, et ils se consacrent en général à celles des professions où il faut plus de forces et de continuité dans les efforts. Il est cependant des hommes modistes, tailleurs pour femmes; les magasins de nouveautés renferment surtout un grand nombre de jeunes paresseux menant une vie de jeune fille, entendant parfaitement le choix d'une robe et discutant avec talent sur le goût d'un bonnet.

Les constitutions les plus diverses, les tempéramens les plus opposés ne comptent pour rien dans le choix des professions les plus sédentaires; cependant un certain nombre d'individus se décident à en embrasser quelques unes d'entr'elles. C'est parce qu'ils sont faibles, mous, peu énergiques qu'ils choisissent des états doux et sédentaires : il est des métiers auxquels on est prédestiné par les parents. On verrait probablement peu d'ouvriers entrer dans les fabriques de coton et de soie, si on ne les y jetait dès l'enfance.

Un motif déterminant est comme on le sait, la raison d'hérédité. On succède à son père et l'on élève les enfans comme on l'a été. Certaines habitudes rendent, soit résistans, soit faibles, et c'est là l'effet de certaines professions. Sous le coup de certaines affections tristes, et dans le

découragement, pourvus d'une faible nourriture, les individus résistent moins. L'insouciance et le peu de soin entraînent fréquemment les accidens qu'on pourrait éviter; souvent c'est le défaut de connaissances. Le corps affaibli par l'intempérance subit plus rapidement les causes de maladies. L'entassement est une circonstance toujours défavorable. Toutes les professions sédentaires s'exercent dans toutes les saisons, aucune ne demandant précisément un temps froid; mais quelques unes réclament, soit une atmosphère humide, soit une température élevée qu'il est facile de produire artificiellement. Par les mêmes raisons, les climats ne leur sont pas un obstacle.

Ces conditions du milieu ambiant changent toutefois leur action sur l'économie humaine. Il est évident que la haute température, réclamée par quelques unes, rend la transition à laquelle seront exposés les ouvriers beaucoup plus brusque et par cela même plus dangereuse. L'hiver, en commandant de fermer, peut ainsi devenir plus nuisible que la saison chaude et sèche.

Mais en compensation le corps est moins accessible aux affections qui résultent de l'action du plomb et du mercure, etc., et dès lors, ces sortes d'affections sont plus rares. En hiver, les journées, d'ailleurs plus longues, fatiguent davantage le sens de la vue dans les professions qui en exigent l'exercice spécial. C'est cependant l'époque où les compositions de l'esprit semblent plus faciles et plus fortes et où le corps est prédisposé à plus de résistance et de travaux.

Pour les professions très-sédentaires, là où il y a misère, l'hiver est plus fâcheux, en demandant à l'économie une plus grande réparation impossible ; il porte des atteintes plus profondes à la santé que dans la saison des chaleurs. Les saisons froides et humides, époque des transitions, sont les momens où le corps est le plus prédisposé à subir les attentes des professions ayant une action plus spéciale pour la production de la phthisie. Le froid humide aide à développer les scrofules et conséquemment prête, aux professions qui y prédisposent ou les déterminent, un funeste appui. Les émanations putrides sont moins énergiques en hiver; au reste, tous les travaux sont généralement plus

actifs dans cette saison. Les hommes de certains climats qui sont de lougues saisons, résistent mieux à soutenir quelques travaux.

Les diverses actions exercées sur l'économie par les professions différentes donnent lieu à des affections variées, non seulement à raison des professions, mais à raison des circonstances sous lesquelles l'individu s'y est exposé. Je trace ici le tableau de quelques professions essentiellement sédentaires en regard des affections qu'elles déterminent assez communément.

Hommes de lettres, Compositeurs de musique, Savans, Ecclésiastiques,	hypochondrie, migraine, susceptibilité nerveuse, névralgie, passions violentes, prédisposition aux affections cérébrales, obésité, goutte, calculs, hémorrhoïdes.
Les cordonniers, Les tailleurs,	rachitisme, affections de poitrine, asthme, phthisie, maladies du cœur, rétrécissement de la cavité thoracique et abdominale par enfoncement du sternum.
Couturières, Brocheuses, Brodeuses, Dentelières,	plusieurs des précédentes, affections des yeux, affections chroniques de l'utérus.
Observateurs microscopiques, Horlogers, Graveurs, Bijoutiers, Joaillers, Dessinateurs, Peintres, Coloristes, Indienneurs, Ouvriers travaillant aux pointes des aiguilles,	Plusieurs des maladies indiquées dans les autres parties du tableau et spécialement : ophtalmies chroniques, cataractes, amaurose, myopie.
Imprimeurs, Bonnetiers,	plusieurs des maladies indiquées, etc., œdématie des extrémités, éléphantiasis, ulcères, varices.

Repasseurs,	plusieurs des maladies indiquées, etc., congestion résultant de la compression de la poitrine.	
Vanniers, Tisserands, Ouvriers en soie,	plusieurs des mêmes maladies, etc., affections chroniques et froides,	avortement des femmes. déformation du squelette, courbure de la colonne vertébrale, états rabougris, rhumatisme.
Ouvriers en coton,	plusieurs des mêmes maladies, et, surtout la phthisie.	
Portiers,	intelligence bornée, scrofules, hydropisie, scorbut.	
Cochers,	hémorrhoïdes.	
Jockeys,	anévrysme de l'artère poplitée.	
Travaillant sur le plomb, mercure, cuivre,	affections métalliques.	

L'étiologie découle en partie de cette influence des professions; aussi chacun des cas nouveaux quelles présent ent s'explique-t-il généralement par les lois connues du rapport existant entre les causes et les états pathologiques.

L'inaction des muscles détruit leur vigueur; la non-pensée conduit à l'idiotisme; de l'immobilité habituelle, de l'économie résultent la pléthore graisseuse et sanguine, la langueur de l'estomac et sa disposition à s'irriter d'une surcharge alimentaire; le défaut d'excitant circulatoire produit la lésion de la menstruation et ses cons équences; de l'exercice de l'esprit proviennent la surexcitat ion de ses organes, la prédominance du système nerveux, l'inflammation des membranes cérébrales, l'aliénation. Aux compressions des viscères, aux effets de la pesanteur doivent être rapportés les engorgemens des parties intérieures et des extrémités; de la présence d'irritans introduits par les voies aériennes, doivent survenir les lésions de celles-ci, les altérations de leurs fonctions et les maladies des orga-

nes pulmonaires; l'inspiration ou l'absorption des matières douées de propriétés spéciales et particulièrement vénéneuses, a pour effet l'empoisonnement; l'humidité froide produit l'engorgement froid; l'entassement, les scrofules. L'état sédentaire prédispose généralement l'économie aux actions de ces causes, une circulation moins puissante, un sang moins pur, une calorification moins active, des tissus plus lâches, des sécrétions moins déterminées et viciées, une susceptibilité plus vive, un moral moins capable d'action, des muscles moins contractiles; enfin, un ensemble moins bien équilibre, ouvrent un accès plus facile aux influences morbides spéciales.

Ces maux s'enchaînent par une triste logique. Un coup d'œil jeté sur les professions rappelle les lois qui lient les causes aux effets; ces lois étant les formules exprimées des faits que les professions ont fourni. Si la rigueur de la fatalité qui régit l'enchaînement de ces causes à leurs fâcheux effets inspire un sentiment pénible, il en ressort néanmoins un nouvau motif de recherches. L'expérience interrogée apprend qu'il y a prise sur la source et conséquemment sur les produits.

Il y a du moins possibilité d'indiquer les moyens qui suffisent à porter remède aux maux. Quant à l'application, elle dépend de circonstances contre lesquelles le médecin ne possède habituellement qu'un pouvoir très-limité.

Contre l'émaciation et l'affaiblissement des organes il faut conseiller l'exercice et sur les organes accessibles les frictions, le massage, et si rien n'y met obstacle la nourriture analéptique.

Contre la disposition aux engorgemens lymphatiques, le soleil, l'exercice, les bains de mer.

Contre les obstacles à la circulation, l'éloignement des causes de compression, la saignée si la compression a produit pléthore. Contre la fatigue partielle, le repos partiel et l'exercice général.

Contre les effets de la surexcitation, les antiphlogistiques ou les déplétifs, la distraction physique par une excitation qui appelle ailleurs l'attention des forces vitales, tel est l'effet des voyages, des chasses, etc. (moyens des privilégiés).

Contre des effets morbides plus prononcés ce que l'expérience a appris des moyens propres à les combattre. Contre le poison, l'antidote.

Le défaut de mouvement commande l'abstinence de nourritures fortes et abondantes, surtout pendant l'été (c'est le conseil qu'il faut donner aux riches) et, les précautions contre les influences du froid que l'organisme est moins apte à repousser, c'est l'avis qu'il convient de donner aux pauvres. Il faut ménager les impressions morales, plus puissantes sur une sensibilité plus vive.

Les professions sédentaires doivent être défendues à l'enfance, aux lymphatiques; les femmes doivent en user avec réserve. Leur effet est d'affaiblir. Donnez de la force exubérante aux causes qui débilitent en procédant avec une gradation circonspecte. Opposez les prédispositions individuelles aux tendances professionnelles. Le fils ne doit pas suivre le pèredans une carrière où celui-ci a acquis des prédispositions morbides qu'il a transmises au premier comme héritage et qui tendraient à se développer et à s'accroître par l'action des mêmes causes. Dans le cas, qui est malheureusement celui de la pratique, où il y a nécessité de continuer la profession, et où son action a imprimé des traces profondes, combattre chaque effet spécial par les moyens appropriés pour prévenir son aggravation..

Les moyens généraux ou indirects consistent : 1° à prescrire l'alternation des travaux, 2° à défendre à ceux qui ne peuvent juger l'entrée dans les ateliers qui les conduiraient à une vie maladive. 3° Ce qui serait mieux encore, à ne permettre que les professions salubres, les moyens mécanique sauront bientôt remplacé l'homme partout où sa vie est en dangers. 4° A donner aux hommes l'instruction nécessaire pour qu'ils puissent se défendre des dangers évitables. 5° Assurer à l'ouvrier un salaire qui lui permettra des heures de distraction.

L'application de ces derniers principes, suppose des moyens matériels suffisans, et ne peut s'exécuter que par les suggestions de connaissances convenables.

FIN.